

2-P-7

学生の心身のウェルバランス創りのためにー健康スポーツ科学を活用してー

近藤 みづき

柳 敏晴、柳本 有二、高松 邦彦

子どもや青少年のコミュニケーションスキルの低下が問題になっている。これまでも、コミュニケーションスキルや社会的スキルの向上を図るためのスキルトレーニングが開発され、試みられている。運動やスポーツ活動を通して、コミュニケーションスキルや社会的スキルの向上は図れるものと考えられ、体育実技授業を通して研究が進められている。

本研究は社会的スキル、定期的な運動・スポーツ活動量、対人関係等を調査すると共に、授業（自己挑戦）記録カード（身体的側面、精神的側面、社会的側面、ソーシャルサポート）を活用して、運動・スポーツ活動がコミュニケーションスキル向上にどのように関与しているのかを明らかにし、健康スポーツ科学科目のさらなる充実を目的とした。

前期健康スポーツ科学受講生（1年生）を対象に、社会的スキル、定期的な運動・スポーツ活動量、対人関係、コミュニケーションスキル等で構成されたアンケート調査を行った。調査は、授業始めの4月と授業最終の7月に行い、運動・スポーツ活動がコミュニケーションスキル向上へどのように関与しているかを明らかにすることを試みた。

本学術フォーラムでは、4月と7月の調査結果をもとにSPSSを用いて統計学的に分析した結果を報告する。

2-P-8

イメージ・トレーニングがピアノ初学者に及ぼす効果についての研究②

戸川 晃子

本研究の目的は、保育士・教員養成校のピアノ学習者におけるイメージ・トレーニングの効果を確かめること、及び楽譜上のどの音楽的要素を強化すればイメージ・トレーニングを有効に活用できるかを調べることである。

調査は、前年度行った実験において被験者の演奏を記録したデジタル録音を用いて行った。前年度の研究結果に加え、一般的に演奏を評価する表現力、例えば「表情が豊かになった」等の観点を取り入れ、「イメージ・トレーニング」が「ピアノを弾いて練習」した場合と比べてどのくらいの効果があるかを調べた。結果、ピアノを弾いて練習の場合には及ばないが、イメージ・トレーニングの場合も効果が見られた。さらに、それぞれの場合の演奏において、楽譜上のどこで弾き直したかを洗い出した。

今後は、ピアノ初学者がイメージ・トレーニングを取り入れ、いかに効率的に技術を習得するか、ピアノ初学者を指導する際の重要な指導ポイントを明らかにする研究を進めたい。